

\*\*\*\*\*/  
**ジュニア（小学生 4～6 年生、中学生）向け  
バドミントン講習会**

主催：三鷹市バドミントン協会 共催：東京大学バドミントン部 GRABA

\*\*\*\*\*/

三鷹市バドミントン協会では東京大学バドミントン部 GRABA(グラバー)との共催によるジュニア向け講習会を開催いたします。

今回の講習会はバドミントンの技術の講習のみならず、お互いに考えていることを伝えあうという「コミュニケーション能力」の向上を目指し GRABA がプログラムした「コミュニケーションワーク等」を前半に行い、後半はバドミントンの基礎となるラケットワーク、基本ストローク等の講習を行います。

バドミントンのレベルは問いません。バドミントンに興味のある、体験をしてみたいという小学生（4～6 年生）、中学生は是非ご参加下さい。

小学生、中学生により受付時間・実施時間が異なりますのでご注意ください。

1. 日 時 2026 年 1 月 25 日（日）  
小学生（4～6 年生）【受付 09 時 30 分～、講習会 10 時 00 分～13 時 00 分】  
中学生 【受付 14 時 30 分～、講習会 15 時 00 分～18 時 00 分】
2. 会 場 SUBARU 総合スポーツセンター 地下 2 階サブアリーナ  
（東京都三鷹市新川 6-37-1）
3. 講 師 東京大学バドミントン部 GRABA／三鷹市バドミントン協会 他
4. 参加対象 三鷹市在住、在学の小学生（4～6 年生）、中学生
5. 内 容 前半：コミュニケーションワーク等  
後半：ラケットワーク、基本ストローク、実践練習 など
6. 参加費 一人 500 円 当日支払い（シャトル代、会場費、保険代他）
7. 定 員 小学生、中学生の部共 先着 30 名（定員になり次第締め切ります）
8. 申込期間 12 月 21 日（日）～ 2026 年 1 月 21 日（水）
9. 申込み方法 申込み方法
  - ・ 下記三鷹市バドミントン協会ジュニア担当ブログの申し込みフォームより  
申し込んでください。 <http://mtkbadjr.sblo.jp/>
  - ・ 申込時記入事項
    - ① 参加者氏名、②参加者学年（小 4～小 6、中 1～中 3）、③参加者バドミントン経験（未経験者・経験者）④保護者氏名、⑤住所、⑥連絡先メールアドレス

\*本申し込みに関する個人情報は「2025 年度ジュニア向けバドミントン講習会」のみで使用いたします。

#### 1 1. その他

- ・ 当日はバドミントンのできる服装で、ラケット・シューズは各自でご用意ください。
- ・ シューズは、バドミントンシューズまたは、体育館で利用できるシューズでの参加をお願いします。
- ・ その他、SUBARU 総合スポーツセンターホームページを参照の上、施設利用のルールをお守りいただく様お願いいたします。

## 東京大学運動会バドミントン部 GRABA とは？

grandir (成長する)+badminton=GRABA

東京大学運動会バドミントン部の有志部員で、大学スポーツが地域社会に貢献できる取り組みとしてボランティア活動を行っています。

活動が子供達の成長の一助となること

活動が東大生自身の成長に繋がること

活動が東大生と子供達にとって素敵な記憶になること

これら3つの活動理念に基づき、「コミュニケーション」や「気付き」などをテーマにしながら子供達と一緒にワークやバドミントンを行っています。

### これまでの活動実施例

#### ・テーマ：「お互いの言いたいことを理解するには？」(2023年12月実施)

言葉だけで情報を伝えることの難しさを実感し、バドミントンの練習の内外で使える言語化方法を考えました。また、バドミントン経験者の子が未経験者の子にアドバイスするようなワークを行ってそれを実践してもらいました。

#### ・テーマ：「計画的に進めよう」(2024年12月実施)

物事を計画的に進める練習をバドミントンを通して行いました。まず目指すプレースタイルを決めてもらいそれを達成するために必要な練習を履修登録のように自分で選んで実践してもらいました。また、わかりやすさのためにゲームのようなステータスを設定し子供たちが楽しめるよう工夫しました。

GRABAの詳細は、東京大学運動会のホームページからご覧いただけます。

<https://grabahomepage.wixsite.com/website-1>